Arabic

الاستعداد لجراحتك Getting Ready for Your Surgery

Jim Pattison Outpatient Care and Surgery Centre◆ Surrey Memorial Hospital

تاريخ جراحتي My Surgery Date: _____

قبل أسبوع من جراحتك One week before your surgery

- توقف عن تناول كافة الفيتامينات والمكملات العشبية والصحية (الثوم والجنكة والكافا ونبتة سانت جون والجينسنغ ودون كواي والجلوكوزامين)
- استمر في تناول الأدوية العادية ما لم يتم إبلاغك بإيقافها من قبل الجراح أو طبيب التخدير أو ممرضة عيادة مرحلة ما قبل الإدخال.
- توقف عن الحلاقة أو إزالة الشعر بالشمع أو الخيط أو إزالة الشعر من المنطقة التي ستجري فيها الجراحة.

استثناء: إذا كانت الجراحة في منطقة الوجه أو الحلق أو الرقبة، احلق تلك المنطقة في اليوم أو الليلة قبل الجراحة.

- إذا كانت جراحتك في منطقة الذراع أو الساق، قم بإزالة طلاء الأظافر والأظافر الأكليريك أو الأظافر الجيل أو الصناعية.
- إذا كان لديك حُليّ أو أشياء مثبتة في ثقوب بجسمك تحتاج لأداة لإزالتها، قم بالترتيب لإزالتها.
- قم بالترتيب مع شخص بالغ لاصطحابك إلى البيت بالسيارة والبقاء معك لمدة 24 ساعة بعد الجراحة. إذا لم تكن هذه الخطة جاهزة، قد نضطر لإلغاء جراحتك.
- اشتر إسفنج كلورهيكسيدين جلوكونات 2 بالمائة أو 4 بالمائة (اشتر اثنين) أو صابون سائل (اشتر واحد) من أي متجر أدوية. يمكن أن تجد ذلك في قسم الإسعافات الأولية أو أن تسأل الصيدلي.

الأكل والشرب قبل الجراحة (Eating and drinking before surgery)

- في المساء في الليلة التي تسبق جراحتك، وقبل منتصف الليل، اشرب ثلاثة أكواب من العصير الصافي (تفاح أو توت بري أو عنب). نقترح أن تفعل ذلك في حوالي الثامنة مساء.
- لا تأكل أية أطعمة بعد منتصف الليل (12.00 منتصف الليل) بما في ذلك الحليب ومنتجات الحليب.
- يُسمح لك بشرب سوائل صافية حتى أربع ساعات قبل وقت الجراحة. السوائل الصافية تعني فقط الماء وعصير التفاح وعصير التوت البري وعصير العنب.
- تناول أدويتك العادية مع رشفة صغيرة من الماء ما لم يتم إبلاغك بإيقافها من قبل الجراح أو طبيب التخدير أو ممرضة عيادة مرحلة ما قبل الإدخال.
- قبل أربع ساعات من وقت الجراحة، تناول كوب ونصف (375 مل) من العصير الصافي (عصير تفاح وعصير توت بري وعصير عنب). بعد ذلك الوقت، لا تشرب أي شيء.

ملحوظة: إذا لم تتبع تعليمات النظام الغذائي هذه، يمكن أن نلغي جراحتك.

تنظيف البشرة (Skin cleaning)

- **في الليلة التي تسبق جراحتك:**
  - قم بخلع كل المجوهرات والحُليّ من الثقوب.
  - خذ حماما أو دشا مع الاغتسال بالصابون والشامبو العادي.
  - قم بشطف كل جسمك من الرقبة إلى أصابع القدم ثم غسله باستخدام الكلورهيكسيدين غلوكونات. لا تستخدم هذه المادة على وجهك.
  - قم بالشطف بالكامل والتجفيف باستخدام منشفة نظيفة.
  - لا تضع أية منتجات على بشرتك أو وجهك (غسول أو بودرة أو مكياج أو عطر أو كولونيا أو مزيل عرق أو فازلين).
  - ارتد ملابس نوم نظيفة ونم على أغطية نظيفة.

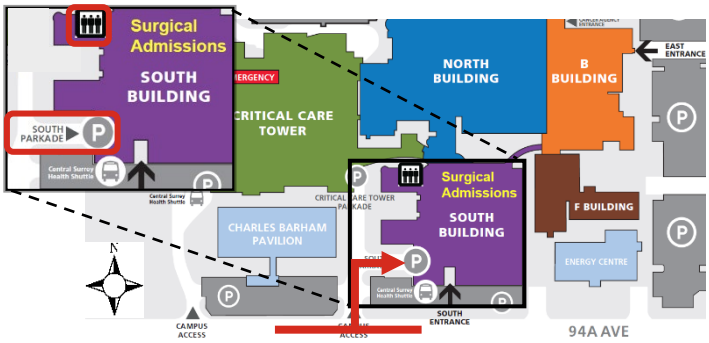
- **صباح جراحتك:**
  - اغسل جسمك مرة أخرى باستخدام الكلورهيكسيدين غلوكونات. لا تحتاج أن تغسل شعرك بالشامبو مرة أخرى.
  - اشطف المادة بالكامل من على جسمك.
  - ارتد ملابس نظيفة فضفاضة.
  - نظف أسنانك (أطقم الأسنان) واللسان وسقف الفم.

تذكر (Remember)

- احضر بطاقة خدمات بريتيش كولومبيا خاصتك وبطاقة هوية بها صورتك (مثل رخصة القيادة أو جواز السفر)
- احضر كل أدويتك في حاوياتها الأصلية.
- إذا كنت تعاني من توقف التنفس أثناء النوم (sleep apnea)، احضر جهاز الضغط الموجب المستمر في مجرى التنفس (CPAP) أو أداة الأسنان خاصتك.
- إذا كنت ستقضي الليل، احضر حقيبة صغيرة جدا تحتوي على أدوات التجميل والمقتنيات. احضر بطاقة الخطة الطبية الممتدة خاصتك. اترك كل مقتنياتك الثمينة في البيت.

أين تذهب (Where to go)

سيتصل بك مكتب طبيبك قبل بضعة أيام ويبلغك بوقت الجراحة ومتى تصل إلى المستشفى.



☐ **Surrey Memorial Hospital**
13750 – 96 Avenue, Surrey
ادخل من شارع **South Parkade** المتفرع من شارع 94A.
خذ المصعد إلى المستوى الأول.
استدر يمينا بعد الخروج من المصعد وسر في الردهة إلى قسم دخول الجراحات (Surgical Admissions) (المنطقة البنفسجية)، وهذا القسم يفتح أبوابه السادسة صباحا.
ملحوظة: مدخل مستوى الشارع إلى المبنى الجنوبي مغلق أمام الجمهور.

☐ **Jim Pattison Outpatient Care and Surgery Centre**
9750 140 Street, Surrey
خذ المصعد إلى الطابق الرابع. ابحث عن علامة الرعاية النهارية للجراحة. يفتح أبوابه الساعة السادسة والنصف صباحا.